



X-Plain™

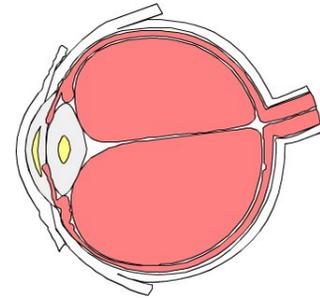
Degeneración macular

Sumario

La degeneración macular relacionada con la edad (AMD por su sigla en inglés) es una enfermedad que afecta la visión central. AMD es una de las causas más frecuentes de la pérdida de visión entre las personas mayores de 60 años.

Debido a que AMD suele afectar sólo a la visión central, las personas raramente se vuelven completamente ciegas a causa de esta enfermedad. Sin embargo, a veces puede dificultar las actividades diarias que requieren una buena visión central.

Este sumario le informará sobre la degeneración macular y las opciones de tratamiento.



Anatomía

Los ojos son órganos ópticos muy sofisticados que recogen la luz y la enfocan, permitiéndonos ver.

La córnea es la parte transparente, situada en la parte delantera del ojo que permite que la luz entre al ojo.

El ojo está cubierto por una capa exterior llamada *esclera*. La *conjuntiva* es otra capa que cubre la parte delantera del ojo que está expuesta a agentes externos.

Después de traspasar la córnea, la luz pasa al iris, la parte de color del ojo. La abertura situada en la parte central del iris se llama pupila. El iris determina la cantidad de luz que entra al ojo haciendo que la pupila cambie de tamaño.

Cuando la luz traspasa la pupila, pasa por una lente transparente llamada cristalino. Al igual que la lente de una cámara, el *cristalino* enfoca la luz y la dirige hacia el fondo del ojo. Esta parte se llama *retina*.

La cápsula mantiene la lente en su lugar.

Después de entrar en contacto con el cristalino, y antes de llegar al fondo del ojo, los rayos de luz viajan por un fluido transparente llamado *vítreo*.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

El fondo del ojo se llama retina. La retina transforma las señales de luz en señales eléctricas que se envían a través del nervio óptico hasta el cerebro, órgano que convierte las señales en las imágenes que vemos.

La luz es enfocada hacia la *mácula* que está situada en el centro de la retina. De ahí, millones de células transforman la luz en señales nerviosas que informan al cerebro sobre lo que se está viendo. Esto se llama *visión central*.

Con la visión central podemos leer, conducir y hacer otras actividades que requieren una visión precisa y clara.

La *fóvea* es la parte central de la mácula y es la que se encarga de que la visión central sea lo más precisa posible.

Degeneración macular

La degeneración macular es una enfermedad que hace que las células de la mácula mueran, lo que podría provocar ceguera.

Hay dos tipos de degeneración macular: húmeda y seca.

La degeneración macular seca es la más frecuente. Afecta al 90 por ciento de las personas que padecen degeneración macular. La pérdida de la visión por degeneración macular seca no es tan grave como la por degeneración macular húmeda.

En AMD seca, las células de la mácula empiezan a morir sin causa aparente. Con la disminución del funcionamiento de la mácula, la visión central se va perdiendo poco a poco.

La AMD seca suele ocurrir sólo en un ojo, sobre todo al principio, y progresa lentamente. Después, la enfermedad puede afectar al otro ojo. Sin embargo, los médicos aún no saben si los dos ojos se verán afectados, ni tampoco cuándo ocurrirá.

La degeneración macular ocurre cuando los vasos sanguíneos nuevos que se localizan detrás de la retina, empiezan a crecer en dirección a la mácula. Debido a que los vasos sanguíneos nuevos son muy frágiles, usualmente derraman sangre y líquido debajo de la mácula.

La sangre y el fluido que se escapan pueden dañar la mácula. Esto es lo que causa una rápida pérdida de la visión central. Aunque sólo el 10 por ciento de los pacientes

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

con AMD sufre la forma húmeda, ésta provoca el 90 por ciento de todos los casos de pérdida de la visión por AMD.

Riesgos y síntomas

El riesgo de desarrollar AMD aumenta con la edad. Los resultados de un estudio amplio demuestran que las personas a los 50 años de edad tienen una posibilidad del 2 por ciento de desarrollar AMD. Este riesgo aumenta al 30 por ciento después de los 75 años de edad.

Además de las personas mayores, otras personas que tienen un riesgo más elevado de desarrollar AMD son:

- mujeres
- fumadores
- personas con una historia médica familiar de casos de AMD
- personas con colesterol alto

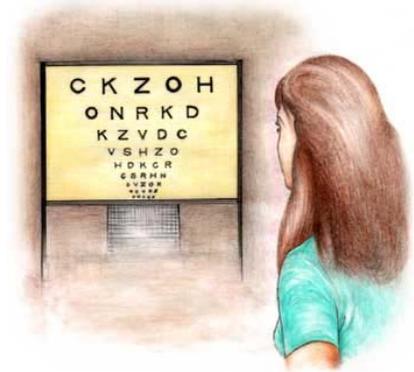
El síntoma más común de AMD seca es tener la visión ligeramente borrosa. Las personas que padecen AMD pueden necesitar más luz para leer o para hacer otras actividades. También notan que es más difícil reconocer las caras de las personas, y que sólo pueden hacerlo una vez que se encuentran muy cerca.

La AMD seca y húmeda no causan ningún dolor.

Si la AMD seca empeora, las personas pueden notar un área más borrosa en la parte central del ojo. Con el tiempo, el punto borroso puede volverse más grande y más oscuro.

A menudo, las personas con AMD seca no notan ningún cambio en su visión hasta que los dos ojos se ven afectados.

Un síntoma de la etapa inicial de la AMD húmeda es que las líneas rectas se ven onduladas. Esto sucede cuando los vasos sanguíneos recién formados dejan escapar algo de fluido debajo de la mácula levantándola y descolocándola de su lugar, y así distorsionando la visión.



Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Otra señal de la AMD húmeda es la pérdida rápida de la visión central, a diferencia de la pérdida más lenta y progresiva de la AMD seca. Sin embargo, al igual que ocurre con la AMD seca, al desarrollar la AMD húmeda, también se puede notar un punto ciego.

Diagnóstico

Debido a que las señales que se presentan en la etapa inicial de la AMD pueden pasar desapercibidas, la mejor manera de detectar esta enfermedad es con frecuentes exámenes de la vista.

Un examen de la vista completo debería incluir:

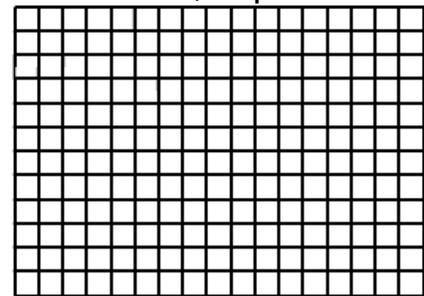
Un examen de claridad visual, que se realiza con una tabla especial que mide cómo ve una persona a distancias diferentes.

La dilatación de la pupila, que permite a los oftalmólogos ver la mayor parte de la retina y buscar señales de la AMD. Para hacer esto, se aplican unas gotas en el ojo que dilatan o abren la pupila. Después del examen, la visión puede volverse borrosa por horas.

Una señal común de AMD es la presencia de *drusen*; pequeños depósitos amarillentos en la retina que se pueden ver durante un examen de la vista.

Si se encuentran, no siempre significa que existe una enfermedad, la presencia de drusen podría significar que el ojo tiene riesgo de desarrollar una forma de AMD más grave.

El oftalmólogo puede recomendarle al paciente que se someta a un examen de Amsler, que se realiza con un aparato parecido a una tabla de ajedrez. El paciente se cubre un ojo y con el otro mira un punto negro en el centro del tablero.



Mientras se mira al punto en el tablero, las líneas rectas podrían llegar a verse curvas o hasta podrían llegar a desaparecer. Ambas podrían ser señales de la AMD húmeda. También existe un examen de Amsler que se puede hacer en casa.

Si su oftalmólogo cree que usted padece AMD húmeda, es posible que tenga que hacerse un examen llamado *angiografía de fluoresceína*, durante el cual se le inyecta un colorante en una vena del brazo.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Mientras el colorante pasa por los vasos sanguíneos de la retina, se toman imágenes, las que ayudan al médico a examinar las fugas de los vasos sanguíneos y decidir si son tratables o no.

Opciones de tratamiento

Actualmente no existen tratamientos para la AMD seca. Eso no significa que todas las personas que la padecen pierden la visión. Afortunadamente, la AMD seca avanza muy lentamente.

Las personas que padecen de AMD seca pierden un poco de la visión central con el paso de los años, es decir, de manera progresiva. Sin embargo, la mayoría de estas personas pueden llevar vidas normales y activas, especialmente si la enfermedad afecta sólo un ojo.

A veces la AMD seca puede ser tratada con cirugía láser. Esta técnica consiste en dirigir un rayo de luz de alta energía directamente a los vasos sanguíneos que tienen una fuga.

El tratamiento con láser es más efectivo si los vasos sanguíneos han crecido lejos de la fóvea, la parte central de la mácula. Sin embargo, si los vasos sanguíneos están creciendo justo detrás de la fóvea, el tratamiento puede evitar que aumente la pérdida de la visión.

Si los vasos sanguíneos continúan teniendo una fuga, es posible que se necesite usar cirugía láser. Es importante saber que ésta no es una cura para la AMD, sino sólo un tratamiento usado para evitar que la pérdida de la visión siga avanzando.

El riesgo de que un vaso sanguíneo nuevo vuelva a crecer después del tratamiento con láser es bastante alto.

En la AMD húmeda, es posible también que el oftalmólogo intente realizar una cirugía para alejar la mácula de los vasos sanguíneos. Durante esta operación el cirujano también puede extraer quirúrgicamente algunos de estos vasos sanguíneos nuevos. Esta operación se conoce como 'cirugía de reubicación macular'.

Se ha desarrollado un nuevo tratamiento para la AMD húmeda que requiere una inyección en el ojo cada 6 semanas. Uno de los medicamentos que se inyecta es el pegaptanib, un compuesto que tiende a detener el desarrollo de nuevos vasos sanguíneos en la retina.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Se están llevando a cabo investigaciones sobre tratamientos con láser para ver si éstos pueden mejorar la AMD seca.

Es muy importante que usted consulte a su oftalmólogo con frecuencia, ya que continuamente se realizan investigaciones sobre nuevos tratamientos y posiblemente algunos de ellos demuestren ser efectivos.

Viviendo con AMD

Si usted padece de AMD seca, deberá:

Hacerse un examen de los ojos, con la técnica de dilatación de las pupilas, por lo menos una vez al año.

Conseguirse un tablero de Amsler para tener siempre disponible un examen rápido y barato que evalúe su visión y detecte cualquier señal de AMD. Esto es más efectivo en aquellas personas que aún tienen una buena visión central.

Chequee su visión leyendo el periódico, viendo televisión y tan sólo mirando las caras de las personas. Reexaminar la visión de cada ojo por separado es también muy importante. Si usted detecta cualquier cambio, deberá someterse a un examen de la vista realizado por un profesional.

Si padece de AMD húmeda y su oftalmólogo le recomienda que se someta a una cirugía con láser, usted deberá hacerlo de inmediato.

Después de la cirugía, deberá someterse a frecuentes exámenes de la vista para detectar cualquier fuga o gotera en los vasos sanguíneos. Los fumadores corren un riesgo más alto de que la enfermedad se repita.

Usted deberá continuar con los exámenes de la vista en su propio hogar usando el tablero de Amsler u otros métodos. Haga una consulta para ver a su médico inmediatamente si nota cualquier cambio.

Se ha encontrado que algunos cambios en el estilo de vida y en el aspecto nutricional pueden prevenir o retardar la aparición de la AMD. Estos incluyen:

- Dejar de fumar.
- Comer comidas ricas en antioxidantes tales como verduras, frutas y vegetales.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

- Tomar vitaminas y minerales complementarios bajo la supervisión de su médico. Las vitaminas A, C y E, así como el zinc y el cobre pueden ser útiles.
- Usar anteojos de sol que bloqueen los rayos ultravioleta.

La pérdida de la visión

El uso normal de los ojos no perjudica la visión. Aunque una persona ha perdido parcialmente la visión por causa de la AMD, no debe temer el usar sus ojos para leer, ver televisión y hacer otras actividades cotidianas.

Para ayudar a aquellas personas con una visión reducida a hacer el mejor uso posible de la visión que les queda, están disponibles aparatos de asistencia, lentes especiales y sistemas electrónicos que permiten que las imágenes se vean más grandes.

Grupos y agencias, tales como los colegios de medicina y de optometría, ofrecen información sobre asesoramiento, entrenamiento y otros servicios especiales para aquellas personas con discapacidades de la vista.

Resumen

La degeneración macular relacionada con la edad es una enfermedad de la vista bastante grave.

La detección a tiempo, especialmente de la AMD húmeda, puede ser esencial en la prevención de la pérdida de la visión por completo.



Los exámenes de la vista frecuentes son lo más efectivo para preservar la visión.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.